

Livre recettes

Délices gourmands

yaourts, fromages blancs, desserts lactés & desserts moelleux

Création des recettes : **Stéphanie Biteau**
Conçu et réalisé par : **Agence Fantastic**
Crédit photos : **Françoise Nicol, Atelier Démoulin et Shutterstock**
Réf. du livre : **1520005748**

Produit YG660100 - ISBN : 978-2-37247-044-5
Dépôt légal © 3e trimestre 2017

SOMMAIRE



Recettes Yaourts



Recettes Fromages blancs



Recettes desserts lactés



Recettes desserts moelleux



Du lait + des ferments !

Pour faire un yaourt, il faut d'abord du **lait** (de vache, de brebis, de chèvre…) et les deux ferments lactiques : **streptococcus thermophilus et lactobacillus bulgaricus.**

Sous l'action des ferments, le sucre du lait, le lactose, se transforme en acide lactique ; ce qui entraîne la coagulation du lait en un yaourt, facile à digérer. **Les yaourts sont réfrigérés à 4 °C pour bloquer la fermentation**.

Les travaux sur ces ferments lactiques valurent un prix Nobel en 1908 à **Elie Metchnikoff**, un savant russe travaillant à l'Institut Pasteur.



Le yaourt, tous les bienfaits du lait dans un pot !

Pour un pot de yaourt de 140 g préparé à base de lait de vache entier dans la yaourtière SEB Multi Delices Express :

INDISPENSABLES AU BON FONCTIONNEMENT DE L'ORGANISME :
Vitamines du groupe B
18 % des AJR en vitamine B12
12 % des AJR en vitamine B2

BONS POUR LES OS ET LES DENTS :
154 mg de calcium
19 % des AJR
114 mg de phosphore
12 % des AJR

BONS POUR LES MUSCLES :
4,3 g de protéines



Le saviez-vous?

- Les produits laitiers et donc le **yaourt sont la première source de calcium** de notre alimentation. Ce minéral est essentiel pour la constitution et l'entretien de la masse osseuse et des dents tout au long de la vie. **Le yaourt contient également du phosphore qui agit en synergie avec le calcium.**

- La bonne fixation du calcium nécessite un apport suffisant en **vitamine D**. Cette dernière se trouve dans certains laits enrichis, les poissons gras et les œufs mais elle est principalement synthétisée par notre organisme lors de l'exposition au soleil. **Les protéines d'origine animale comme celles du lait sont les plus intéressantes car elles contiennent tous les acides aminés essentiels, c'est à dire que l'organisme ne sait pas fabriquer.**

- **Le yaourt est parfaitement adapté aux personnes ayant des difficultés à digérer le lactose**. En effet, ce dernier est déjà en partie digéré par les bonnes bactéries du yaourt.

- **Le yaourt contient de bonnes bactéries aussi appelées probiotiques** qui, par leur effet sur la flore intestinale, ont un impact positif sur la digestion. Le tube digestif humain contient entre 500 à 1 000 espèces de bactéries indispensables pour une bonne digestion.

Les Bonnes raisons de faire des yaourts et autres desserts laitiers maison

DES INGRÉDIENTS BONS ET SAINS !
Préparer ses yaourts à la maison, c'est d'abord choisir des ingrédients naturels et opter pour une alimentation saine et équilibrée. Autrement dit, manger bien et bon !

LE PLAISIR DE FAIRE SOI-MÊME
Faire ses yaourts maison, c'est aussi le plaisir de faire et de réussir soi-même, avec ses enfants et ses proches, de partager son savoir-faire et ses astuces, de s'amuser en famille. C'est simple et ludique.

INVENTER ET LAISSER PARLER SA CRÉATIVITÉ CULINAIRE
Variez les goûts, les textures, les recettes : du yaourt nature au petit pot de crème au chocolat, en passant par le flan ou encore le fromage blanc, vous réalisez et même inventez des desserts qui vous ressemblent, adaptés à vos goûts et à vos envies.

VARIER LES GOÛTS ET LES PLAISIRS
Nature, avec de la vanille naturelle, avec des fruits, de la confiture avec des fruits du jardin, de la compote, ou aromatisé aux herbes… le yaourt se revisite à chaque nouvelle tournée.

FAIRE UN GESTE ÉCOLOGIQUE
En préparant vos yaourts à la maison, vous faites la chasse aux emballages superflus ! Et vous réutilisez vos pots de yaourt presque à l'infini.

RÉALISER DES ÉCONOMIES !
Avec votre yaourtière, vous allez économiser : le prix de revient d'un yaourt maison est nettement moins élevé qu'un yaourt vendu dans le commerce.





Idée +

Vous pouvez remplacer le pot de yaourt par un sachet de ferments lactiques. Le ferment lactique Alsa : mon yaourt Maison.

YAOURT AU LAIT DE VACHE *(P1&P2)*, AU LAIT DE CHÈVRE ET SOJA *(P2)*

Ingrédients

POUR 6 POTS

Yaourt au lait de vache
75 cl de lait entier &
1 pot de yaourt nature (120 g)

Yaourt de lait de chèvre
75 cl de chèvre &
1 pot de yaourt au lait de chèvre (120 g)

Yaourt au lait de soja
75 cl de lait de soja

Préparation

2 min

Cuisson

Mode express : 4h
Mode standard : 8h

Recette

1. **Mélangez** bien le yaourt avec un peu de lait, jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Ajoutez le reste du lait, mélangez à nouveau puis versez dans les pots.
2. **Branchez** la yaourtière, appuyez sur **OK** pour sélectionner le **MODE YAOURTS 1** (mode express) ou **2** (mode standard). Ajustez le temps de cuisson en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
3. **Laissez** refroidir puis conservez au frais.

Le réservoir d'eau doit être rempli en programme P1 uniquement.

YAOURT
À LA CONFITURE

Ingrédients

POUR 6 POTS :

60 cl de lait entier

1 pot de yaourt nature (120 g)

6 c. à s. de confiture
de votre choix

Préparation

5 min

Cuisson

Mode express : 4h
Mode standard : 8h



Recette

1. **Déposez** 1 c. à s. de confiture au fond de chaque pot.
2. **Mélangez** le yaourt avec un peu de lait, jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Ajoutez le reste du lait et mélangez à nouveau. Versez délicatement dans les pots.
3. **Branchez** la yaourtière, appuyez sur **OK** pour sélectionner le **MODE YAOURTS 1** (mode express) ou **2** (mode standard) . Ajustez le temps de cuisson en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
4. **Laissez** refroidir puis conservez au frais.

Le réservoir d'eau doit être rempli en programme P1 uniquement.



Idée +

Les déclinaisons sont naturellement multiples et plus gourmandes les unes que les autres... : confiture de rose, de figue, de fraise, marmelade d'orange, etc. Pour plus d'onctuosité et de douceur, vous pouvez ajouter de la crème liquide en retirant la même proportion en lait. Ces yaourts sont réalisables avec du lait de vache, de chèvre ou de soja.





Idée +

Vous pouvez aussi mélanger le jus de fraise de la casserole avec le mascarpone au basilic, à condition qu'il soit bien sucré car l'acidité des fruits fait tourner le lait.

YAOURT FRAISE, MASCARPONE ET BASILIC

Ingrédients

POUR 6 POTS :

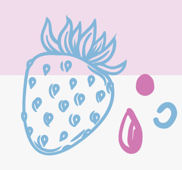
50 cl de lait entier
1 pot de yaourt nature (120 g)
125 g de mascarpone
150 g de petites fraises
1 petit bouquet de basilic frais
3 c. à s. de sucre

Préparation

15 min

Cuisson

Mode express : 4h
Mode standard : 8h



Recette

1. **Lavez,** équeutez puis coupez la moitié des fraises. Faites-les compoter à la casserole sur feu doux avec le sucre et 1 c. à s. d'eau, jusqu'à ce qu'elles soient fondantes et enrobées de sucre. Laissez tiédir puis déposez les fraises au fond des pots.
2. **Passez** le mascarpone et les feuilles de basilic ciselées au mixeur jusqu'à obtention d'une purée verte.
3. **Mélangez** le yaourt avec un peu de lait, jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Ajoutez le reste du lait puis mélangez. Ajoutez la préparation de mascarpone-basilic et mélangez à nouveau. Versez très délicatement sur les fraises.
4. **Branchez** la yaourtière, appuyez sur OK pour sélectionner le MODE YAOURTS 1 (mode express) ou 2 (mode standard). Ajustez le temps de cuisson en appuyant sur la touche - +. Confirmez en appuyant sur OK .

Le réservoir d'eau doit être rempli en programme P1 uniquement.



YAOURT POMME CANNELLE FAÇON TATIN



Ingrédients

POUR 6 POTS

50 cl de lait entier
1 pot de yaourt nature (120 g)
3 pommes
20 g de beurre
1 c. à c. de cannelle en poudre
25 g de sucre roux
15 cl de crème liquide

Préparation

15 min

Cuisson

Mode express : 4h
Mode standard : 8h

Recette

1. **Épluchez** les pommes et coupez-les en cubes. Dans une casserole, faites fondre le beurre à feu doux, ajoutez les morceaux de pommes, la cannelle et laissez cuire 5 min avant d'ajouter le sucre. Laissez compoter puis caraméliser pendant encore 10 min en ajoutant un peu d'eau si les fruits ne rendent pas assez de jus. Les pommes doivent être bien fondantes et d'une jolie couleur miel avec un peu de jus sirupeux. Laissez refroidir avant de répartir votre préparation dans les pots.
2. **Mélangez** le yaourt avec un peu de lait, jusqu'à ce que la préparation soit homogène.
3. **Ajoutez** le reste du lait et la crème liquide, mélangez à nouveau puis versez dans les pots.
4. **Branchez** la yaourtière, appuyez sur **OK** pour sélectionner le **MODE YAOURTS 1** (mode express) ou **2** (mode standard). Ajustez le temps de cuisson en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**
5. **Laissez refroidir** puis conservez au frais.

Le réservoir d'eau doit être rempli en programme P1 uniquement.



Idée +

Cette recette de yaourt est aussi délicieuse avec des poires compotées et caramélisées avec de la vanille. La crème apporte au yaourt une consistance plus onctueuse.





Idée +

Ajoutez quelques brisures de marrons glacés au moment de servir... N'hésitez pas à décliner la recette avec des pommes et de la confiture de coing ou bien avec des poires et de la confiture de lait !

YAOURT À LA POIRE ET CONFITURE DE CHÂTAIGNES

Ingrédients

POUR 6 POTS :

50 cl de lait entier
120 g de yaourt nature
3 poires mûres
2 c. à s. de sucre
1/2 c. à s. de confiture de châtaignes

Préparation

15 min

Cuisson

Mode express : 4h
Mode standard : 8h



Recette

1. **Épluchez** les poires et coupez-les en cubes de 2 cm. Mettez-les dans une casserole, saupoudrez de sucre et laissez compoter 5 min sur feu doux jusqu'à ce que le jus soit absorbé et devienne sirupeux. Laissez refroidir la préparation et répartissez la dans le fond des pots. Recouvrez de 1 c. à s. de confiture de châtaignes en veillant à ce que la confiture recouvre bien la poire.
2. **Mélangez** avec une fourchette le lait et le yaourt jusqu'à ce que la préparation soit homogène puis versez délicatement dans les pots.
3. **Branchez** la yaourtière, appuyez sur **OK** pour sélectionner le **MODE YAOURTS 1** (mode express) ou **2** (mode standard). Ajustez le temps de cuisson en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
4. **Laissez** refroidir puis conservez au frais.

Le réservoir d'eau doit être rempli en programme P1 uniquement.



PETIT-DÉLICE



Ingrédients

POUR 6 POTS :

75 cl de lait entier
100 g de fromage blanc frais
1 c. à s. de jus de citron non traité
6 cl de crème liquide

Préparation

10 min

Cuisson

de 12h à 16h

Égouttage

12h

Recette

1. **Bien mélangez** le fromage blanc avec un peu de lait, jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Ajoutez le reste du lait, mélangez. Ajoutez le jus de citron et mélangez à nouveau puis versez dans les égouttoirs installés dans les pots.
2. **Branchez** la yaourtière, sélectionnez le **MODE FROMAGES BLANCS 3** et appuyez sur **OK** . Ajustez le temps de cuisson en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
3. **Faites cuire** de 12 h à 16 h.
4. **À l'issue de la cuisson**, tournez les égouttoirs d'un quart de tour dans les pots pour les mettre en position égouttage. Laissez égoutter 12 h au réfrigérateur en prenant soin de retirer le petit-lait régulièrement pour favoriser l'égouttage.
5. **Démoulez** les fromages dans un saladier et mélangez avec la crème liquide.
6. **Répartissez** dans les pots préalablement rincés et conservez au frais. Si vous souhaitez obtenir une consistance plus ferme, prolongez l'égouttage.

Ne remplissez pas le réservoir d'eau.



Idée +

Pour le petit-déjeuner des enfants, mélangez un petit-délice avec une poignée de céréales au miel et quelques minis dés de poire et de pomme !



FROMAGE BLANC



Idée +

Pour un petit-déjeuner dynamique, coupez 12 figues en fines tranches, ôtez le noyau de 12 dattes et coupez-les en petits morceaux. Au moment de servir, déposez sur le fromage blanc 1 c. à s. de muesli, 1 figue et 1 datte coupée. Sucrez à votre convenance avec du sucre roux.

Ingrédients

POUR 6 POTS :

75 cl de lait entier
100 g de fromage blanc frais
1 c. à s. de jus de citron non traité

Préparation

15 min

Cuisson

de 12h à 16h

Égouttage

15 min

Recette

1. **Mélangez** le fromage blanc avec un peu de lait, jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Ajoutez le reste du lait et mélangez. Ajoutez le jus de citron et mélangez à nouveau puis versez dans les égouttoirs installés dans les pots.
2. **Branchez** la yaourtière, sélectionnez le **MODE FROMAGES BLANCS 3** et appuyez sur **OK**. Ajustez le temps de cuisson en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
3. **Faites** cuire de 12 h à 16 h.
4. **À l'issue de la cuisson**, tournez les égouttoirs d'un quart de tour dans les pots pour les mettre en position égouttage. Laissez égoutter 15 min puis retirez le petit-lait.
5. **Remettez** les égouttoirs en position basse et mettez vos préparations 4 h minimum au réfrigérateur.

Ne remplissez pas le réservoir d'eau.

FROMAGE FRAIS AU MIEL ET À LA MENTHE FRAÎCHE

Ingrédients

POUR 6 POTS :

75 cl de lait entier
100 g de fromage blanc frais
1 c. à s. de jus de citron non traité
6 feuilles de menthe
2 c. à s. de miel liquide

Préparation

10 min

Cuisson

de 12h à 16h

Égouttage

12h



1. **Réalisez** la recette de petit-délice comme indiqué en page précédente
2. **Ciselez** finement les feuilles de menthe et ajoutez-les au fromage frais avec le miel. Mélangez avec une fourchette jusqu'à l'obtention d'un fromage frais bien homogène.
3. **Répartissez** le mélange dans les égouttoirs. Replacez les égouttoirs dans les pots, en position égouttage, jusqu'au moment de consommer.
4. **Conservez** au frais

Ne remplissez pas le réservoir d'eau.



Idée +

Remplacez la menthe par de la coriandre ou du basilic et tartinez-en une tranche de pain de campagne. Surmontez de tomates cerises rouges et jaunes coupées en deux, de fines tranches de radis roses, de pois gourmands, de petits pois frais, de copeaux de parmesan et de roquette…





Idée +

D'autres idées de dips à mélanger avec 1 pot de fromage blanc :

- Mixez 1 avocat avec 1 bouquet de coriandre et 1 c. à s. de jus de citron.
- Mixez 1 petite betterave cuite avec 50 g de feta.
- Mixez 1 petite boîte de maïs et filtrez-la à la passoire pour enlever les morceaux.

Servez ces dips sur des toasts ou avec des légumes croquants à l'apéritif.

DIPS DE FROMAGES BLANCS SALÉS

Ingrédients

POUR 6 POTS :

75 cl de lait entier
100 g de fromage blanc frais
1 c. à s. de jus de citron

Roquefort-noix
1 pot de fromage blanc
1 poignée de noix décortiquées
80 g de roquefort

Pesto
1 pot de fromage blanc
1/2 bouquet de basilic
25 g de pignons de pin
25 g de parmesan
1 c. à c. d'huile d'olive

Tandoori
1 pot de fromage blanc
2 c. à s. de pâte de tandoori

Préparation
15 min

Cuisson
de 12h à 16h

Égouttage
15 min

Recette

1. **Réalisez** la recette de fromage blanc comme indiqué en page précédente.
2. **DIPS AUX ROQUEFORT-NOIX : Mixez** grossièrement les noix, écrasez le roquefort à la fourchette et mélangez avec le fromage blanc.
3. **DIPS AU PESTO : Mixez** ensemble le basilic, les pignons, le parmesan et l'huile d'olive afin d'obtenir une pâte. Mélangez avec 1 pot de fromage blanc.
4. **DIPS AU TANDOORI : Mélangez** 1 pot de fromage blanc avec la pâte de tandoori. Servez en accompagnement de brochettes de poulet.

Ne remplissez pas le réservoir d'eau.



PETITS POTS DE CRÈME AU CHOCOLAT

Ingrédients

POUR 6 POTS :

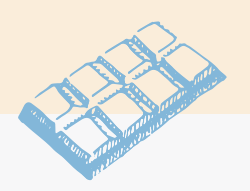
25 cl de lait
80 g de chocolat pâtissier à 66 %
25 cl de crème liquide
1 œuf entier
1 jaune d'œuf
70 g de sucre

Préparation

15 min

Cuisson

45 min



Recette

1. **Cassez** le chocolat en petits morceaux dans un saladier. Faites-le fondre au bain-marie. Faites chauffer la moitié de la crème dans une casserole puis versez-la sur le chocolat. Mélangez à la spatule.
2. **Dans un autre récipient**, mélangez les œufs, le jaune et le sucre jusqu'au blanchiment de la préparation. Mélangez petit à petit avec le chocolat fondu, puis incorporez le lait et le reste de crème. Répartissez dans les pots.
3. **Remplissez** la base de l'appareil avec de l'eau jusqu'au niveau max.
4. **Branchez** la yaourtière, sélectionnez le **MODE DESSERTS LACTÉS 4** et appuyez sur **OK**. Réglez le temps de cuisson à 45 min en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK** .
5. **Laissez refroidir** et conservez au frais.

Le réservoir d'eau doit être rempli.



Idée +

Vous pouvez remplacer le chocolat à 66 % par 40 g de chocolat à 55 % de cacao et 40 g de chocolat au lait. Vous obtiendrez alors une crème plus lactée et finement chocolatée. Cette crème toute douce sera parfaite accompagnée de petit-beurres ou de boudoirs…

Livre_recette_MULTIDELICES_FR_Exe5.indd 15

06/10/2017 14:55





Idée +

Avant d'ajouter la préparation du flan dans les pots, tournez les pots pour faire adhérer le caramel aux contours du pot. Une idée qui plaira aux enfants : remplacez le caramel par des carambars ou des caramels au beurre salé fondus.

FLAN AU CARAMEL

Ingrédients

POUR 6 POTS :

60 cl de lait
90 g de sucre
10 g de fécule de maïs
5 jaunes d'œufs
2 feuilles de gélatine
160 g de caramel liquide du commerce

Préparation

15 min

Cuisson

35 min

Recette

1. Faites tremper la gélatine pendant 5 min dans de l'eau froide.
2. Faites tiédir le lait à feu doux dans une casserole. Mélangez le sucre, la fécule tamisée et les jaunes d'œufs à la spatule, versez dans la casserole et continuez la cuisson sur feu moyen pour épaissir le mélange en remuant régulièrement. Ajoutez la gélatine égouttée et mélangez bien.
3. Versez un fond de caramel dans les pots. Répartissez très délicatement la préparation.
4. Remplissez la base de l'appareil avec de l'eau jusqu'au niveau max.
5. Branchez la yaourtière, sélectionnez le MODE DESSERTS LACTÉS 4 et appuyez sur OK. Réglez le temps de cuisson à 35 min en appuyant sur la touche - +. Confirmez en appuyant sur OK.
6. Laissez refroidir puis mettez au frais.
7. Au moment de servir, passez un couteau autour du pot et démoulez le flan.

Le réservoir d'eau doit être rempli.

Livre_recette_MULTIDELICES_FR_Exe5.indd 16 06/10/2017 14:55



CRÈME AUX ŒUFS



Ingrédients

POUR 6 POTS :

40 cl de lait
15 g de fécule de maïs
15 cl de crème liquide
2 œufs
100 g de sucre

Préparation

20 min

Cuisson

40 min

Recette

1. **Délayez** la fécule de maïs dans un peu de lait. Mélangez avec le reste du lait et la crème liquide.
2. **Faites chauffer** dans une casserole jusqu'à ce que le mélange épaississe un peu.
3. **Dans un autre récipient**, mélangez les œufs et le sucre à la spatule jusqu'au blanchiment des œufs. Ajoutez le liquide tiédi et mélangez bien. Répartissez dans les pots.
4. **Remplissez** la base de l'appareil avec de l'eau jusqu'au niveau max. Branchez la yaourtière, sélectionnez le **MODE DESSERTS LACTÉS 4** et appuyez sur **OK**. Réglez le temps de cuisson 40 min en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
5. **Laissez** refroidir et conservez au frais.

Le réservoir d'eau doit être rempli.



Idée +

Au moment de servir, recouvrez les pots de crème de jolies framboises fraîches et saupoudrez de sucre glace. Cette crème peut aussi être parfumée à la vanille, au café ou au chocolat. Pour une version accélérée de cette préparation, vous pouvez supprimer la fécule : mélangez simplement les œufs, le sucre, le lait et la crème sans les préchauffer, et versez dans les pots pour 25 min de cuisson.







Idée +

Vous pouvez remplacer le jus de citron par de l'arôme vanille et servir les gâteaux sur une crème anglaise...

GÂTEAU AU YAOURT

Ingrédients

POUR 6 POTS :

1 pot de yaourt
1 pot de farine
1/2 pot de sucre
1/2 pot d'huile de tournesol
1 sachet de levure
2 œufs
Jus de **1/4** de citron

Préparation

10 min

Cuisson

30 min

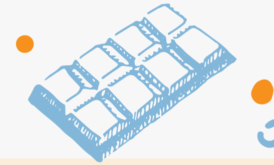
Recette

1. Dans un saladier, mélangez tous les ingrédients sauf le jus de citron jusqu'à l'obtention d'une préparation assez lisse. Ajoutez ensuite le jus de citron. Versez la préparation dans les pots jusqu'à mi-hauteur.
2. Branchez la yaourtière, sélectionnez le MODE DESSERTS LACTÉS 4 et appuyez sur OK. Réglez le temps de cuisson à 30 min en appuyant sur la touche - +. Confirmez en appuyant sur OK .
3. Laissez refroidir puis démoulez chaque petit gâteau au yaourt et servez-les avec une boule de glace.

Le réservoir d'eau doit être rempli.



CRÈME AU CHOCOLAT FAÇON GRAND-MÈRE



Ingrédients

POUR 6 POTS :

120 g de chocolat pâtissier à 52 %
30 g de beurre
35 cl de crème liquide
2 jaunes d'œufs
30 g de sucre glace
20 g de cacao amer en poudre

Préparation

15 min

Cuisson

35 min

Recette

1. **Coupez** le beurre en petits morceaux puis faites-le ramollir dans un bol à température ambiante.
2. **Hachez** le chocolat en petits morceaux dans un saladier. Faites-le fondre au bain-marie.
3. **Faites chauffer** la moitié de la crème. Versez-la sur le chocolat puis ajoutez le beurre. Homogénéisez à la spatule.
4. Dans un autre récipient, **mélangez** les jaunes d'œufs, le sucre et le cacao. Mélangez avec la préparation au chocolat puis avec le reste de crème liquide. Répartissez dans les pots.
5. **Remplissez** la base de l'appareil d'eau jusqu'au niveau max.
6. **Branchez** la yaourtière, sélectionnez le **MODE DESSERTS LACTÉS 4** et appuyez sur **OK**. Réglez le temps de cuisson à 35 min en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
7. **Laissez refroidir** puis mettez au frais avant de servir.

Le réservoir d'eau doit être rempli.



Idée +

Ajoutez quelques cerises amarena dans la crème avant la cuisson puis saupoudrez d'amaretti émiettés au moment de servir. Ces agréments façon dolce vita adouciront ce dessert fort en cacao… Vous pouvez également réduire la quantité de cacao de moitié et ajouter 1 c. à s. de café lyophilisé à dissoudre dans la crème chauffée.





CRÈME BRÛLÉE



Ingrédients

POUR 6 POTS :

50 ml de lait entier
1/2 gousse de vanille
2 œufs entiers
2 jaunes d'œufs
70 g de sucre
50 cl de crème liquide
Sucre cassonade pour caraméliser

Préparation

20 min

Cuisson

45 min

Recette

1. **Faites chauffer** le lait dans une casserole et ajoutez la gousse de vanille incisée dans la longueur et grattez. Laissez infuser 15 min.
2. **Mélangez** les œufs, les jaunes d'œufs et le sucre à la spatule. Ajoutez le lait parfumé, la crème liquide et mélangez. Répartissez dans les pots.
3. **Remplissez** la base de l'appareil avec de l'eau jusqu'au niveau max. Branchez la yaourtière, sélectionnez le MODE DESSERTS LACTÉS 4 et appuyez sur OK. Réglez le temps de cuisson à 45 min en appuyant sur la touche - +. Confirmez en appuyant sur OK.
4. **Laissez refroidir** complètement. Au moment de servir, saupoudrez de sucre cassonade et caramélisez sous le grill de votre four.

Le réservoir d'eau doit être rempli.

Idée +

La crème brûlée est également délicieuse tiède !

BLONDIE

Ingrédients

POUR 6 POTS :

80 g beurre
65 g de chocolat blanc
80 g de farine
80 g de sucre
1 jaune d'œuf
2 blancs d'œufs
30 g de framboises surgelées (morceaux)

Préparation

15 min

Cuisson

35 min



Recette

1. Faites fondre le chocolat blanc et le beurre au bain-marie.
2. Ajoutez le jaune d'œuf et bien mélanger.
3. Dans le bol, montez les blancs en neige ferme avec le sucre pour faire une meringue.
4. Incorporez la meringue délicatement à la première préparation à l'aide d'une spatule. Ajoutez les framboises à la préparation.
5. Versez la pâte jusqu'au ¾ environ dans la verrine préalablement beurrée.
6. Branchez la yaourtière, sélectionnez le MODE DESSERTS MOELLEUX 5 et appuyez sur OK. Réglez le temps de cuisson à 35 min en appuyant sur la touche - +. Confirmez en appuyant sur OK.
7. Laissez refroidir.

Le réservoir d'eau doit être rempli.







CAKE A LA CAROTTE

Ingrédients

POUR 6 POTS :

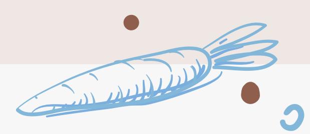
3 œufs
40 g de sucre cassonade
1 zeste d'orange non traitée
60 ml d'huile de tournesol
160 g de carottes (à éplucher et couper en morceaux)
130 g de farine
5 g de levure chimique
40 g de raisins blonds secs
1 c.a.c de cannelle en poudre

Préparation

10 min

Cuisson

30-33 min



Recette

1. **Mettez** la carotte, les œufs, le zeste d'orange, le sucre et l'huile de tournesol dans la cuve du mixeur. Bien mixer jusqu'à ce que ce soit liquide comme un smoothie.
2. **Ajoutez** la farine, la levure chimique et la cannelle. Mélangez bien.
3. **Ajoutez** les raisins et mélangez.
4. **Versez** la préparation dans la verrine ayant été beurrée finement au préalable. Ne remplir qu'aux ¾ pour une bonne cuisson.
5. **Branchez** la yaourtière, sélectionnez le **MODE DESSERTS MOELLEUX 5** et appuyez sur **OK**. Réglez le temps de cuisson à 30-33 min en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
6. **Laissez** refroidir.

Note : Si vous n'avez pas de mixeur, râpez la carotte puis mélangez-là avec les autres ingrédients.

Le réservoir d'eau doit être rempli.

GÂTEAU AU FROMAGE BLANC



Ingrédients

POUR 6 POTS :

50 g de sucre
50 g de farine
2 blancs d'œufs
2 jaunes d'œufs
330 g de fromage blanc
c.a.s de coulis de framboise

Préparation

10 min

Cuisson

30 min



Recette

1. **Dans le bol,** mettez le fromage blanc et les jaunes d'œufs. Bien mélangez. Puis mélangez la farine.
2. **Dans l'autre récipient,** montez les blancs en neige ferme avec le sucre pour faire une meringue.
3. **Incorporez** la meringue délicatement à la première préparation à l'aide d'une spatule.
4. **Versez** la pâte jusqu'au ¾ environ dans la verrine préalablement beurrée.
5. **Branchez** la yaourtière, sélectionnez le **MODE DESSERTS MOELLEUX 5** et appuyez sur **OK**. Réglez le temps de cuisson à 30 min en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
6. **Laissez** refroidir.
7. **Servez** avec le coulis de framboise.

Le réservoir d'eau doit être rempli.





MOELLEUX AU CITRON

Ingrédients

POUR 6 POTS :

130 g de farine
1 c.a.c de levure chimique
1 œuf
80 g de sucre
4 c.a.s d'huile de tournesol
2 c.a.s de jus de citron
3 c.a.s de lait
1 zeste de citron

Préparation

8 min

Cuisson

35 min





Recette

1. Mélangez la farine et la levure.
2. Dans le bol, mélangez l'œuf, le sucre, l'huile, le zeste, le jus de citron et le lait.
3. Mélangez les deux préparations précédentes jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
4. Versez la pâte dans la verrine ayant été beurrée finement au préalable.
5. Branchez la yaourtière, sélectionnez le MODE DESSERTS MOELLEUX 5 et appuyez sur OK. Réglez le temps de cuisson à 35 min en appuyant sur la touche - +. Confirmez en appuyant sur OK.
6. Laissez refroidir.

Le réservoir d'eau doit être rempli.

GÂTEAU AU CHOCOLAT

Ingrédients

POUR 6 POTS :

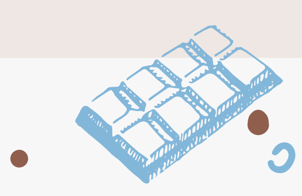
160 g chocolat noir à 55 % minimum
60 g de beurre en pommade
3 jaunes d'œufs
4 blancs d'œufs
75 g de sucre
50 g de farine

Préparation

12 min

Cuisson

45 min



Recette

1. **Faites fondre** le chocolat au bain-marie.
2. **Dans le bol,** mettez le beurre et mélangez avec chocolat. Ajoutez les jaunes d'œufs jusqu'à ce que la pâte soit homogène.
3. **Montez** les blancs en neige ferme avec le sucre pour faire une meringue.
4. **Incorporez** la meringue délicatement à la première préparation à l'aide d'une spatule.
5. **Versez** la pâte jusqu'au ¾ environ dans la verrine préalablement beurrée.
6. **Branchez** la yaourtière, sélectionnez le **MODE DESSERTS MOELLEUX P5** et appuyez sur **OK**. Réglez le temps de cuisson à 45 min en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
7. **Laissez** refroidir.

Le réservoir d'eau doit être rempli.







GÂTEAU MARBRÉ

Ingrédients

POUR 6 POTS :

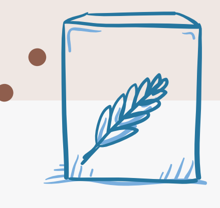
80 g de farine
1,5 c.a.c de levure chimique
70 ml de crème
1 œuf
70 g de sucre
1 c.a.c de cacao

Préparation

15 min

Cuisson

30 min



Recette

1. **Mélangez** la farine et la levure chimique.
2. **Dans le bol**, fouettez l'œuf avec le sucre.
3. **Dans l'autre récipient,** montez la crème jusqu'à ce qu'elle soit bien ferme.
4. **Ajoutez** la crème au mélange œuf-sucre et mélangez. Puis ajoutez la farine et la levure jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
5. **Prenez** 1/3 de la pâte dans le petit bol et mélangez avec le cacao en poudre.
6. **Intégrez** le mélange au cacao dans la pâte et mélangez grossièrement les deux préparations pour faire une pâte marbrée (ne pas mélanger trop longtemps afin que la pâte ne soit pas homogène).
7. **Versez** la pâte dans les verrines ayant été beurrée finement au préalable.
8. **Branchez** la yaourtière, sélectionnez le **MODE DESSERTS MOELLEUX 5** et appuyez sur **OK**. Réglez le temps de cuisson à 30 min en appuyant sur la touche **- +**. Confirmez en appuyant sur **OK**.
9. **Laissez** refroidir.

Le réservoir d'eau doit être rempli.

alsa

Obtenez facilement une consistance idéale pour vos yaourts grâce aux ferments lactiques alsa!



Mode d'emploi :

Plus besoin d'ajouter un yaourt à la préparation initiale !

1) Dans un récipient, versez 1 L de lait entier à température ambiante. Puis, ajoutez 1 sachet de ferments alsa et mélangez très soigneusement.

2) Versez le mélange dans les pots puis placez-les ouverts dans votre yaourtière Multi Délices.

3) Utilisez votre yaourtière comme indiqué dans ce livret. Astuce : mettez les pots au frais environ 4 heures avant de les déguster.

Depuis plus de 100 ans, **alsa** vous propose de réaliser facilement et dès que vous le souhaitez vos yaourts en yaourtière grâce à ses ferments lactiques !

Découvrez 3 variétés pour varier les plaisirs au quotidien :







Et retrouvez toutes nos recettes et astuces sur **www.alsa.fr** !

SEB®



Multi delices express

La Gourmandise n'attend pas

1520005748

WWW.SEB.FR